



病気になって考えたこと

医師 雨森 正記



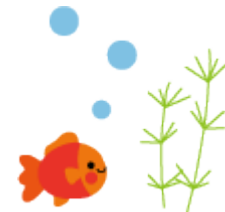
これまで唯一自慢だったことがありました。それは竜王町に来てから急な病気で診療に穴を開けたことが一度もないということでした。それがついに 31 年と 2 ヶ月で途切れることになりました。去る 5 月 31 日に、これはあれだなと思い救急受診したところ、病気が発覚し「検査と休養」と申し渡されました。6 月にはそのために皆様にはご迷惑をおかけしました。申し訳ございませんでした。

もともと医師 1 名の診療所に赴任した関係でどうしても休めないという環境にいました。卒業したての研修医の頃は 2 年続けて入院していたほどでしたが、診療所に赴任してからはそのような気が張った状態がよかったのかこれまでは幸い大丈夫でいたわけです。確かにこれまでもインフルエンザや尿管結石になったりしてはいましたが、どういうわけかいつも休日だったので迷惑をおかけすることがなかっただけでした。今回は病気のことで張っていた糸が切れ全然動けない状態になりました。いかに普段の健康が大切なものかは身に染みました。

また自分が良い状態でいないと他人のことは考えられない、良い仕事はできないものだと痛感いたしました。そしてこれまでから複数医師での診療体制を構築してきましたが、それがあったので医院の閉鎖というような極端な状態を回避することができたことは大変ありがたく思っています。

皆様にお願ひがあります。今までの日本の医療体制は 1 名の医師が開業し主治医として長年診ていく体制が主となっていました。私は以前からそれでは継続という意味からは極めてリスクが高いため複数医師によるグループ診療と緩やかな主治医制ということを考えてきました。今後も自分自身が今回のリスクを抱えて生活することにもなり、診療のボリュームも以前よりは漸減していく予定です。

皆様におかれましては「この医師でないとダメだ。」というのはリスクを高めているということを理解していただき「かかりつけの医師」ではなく「かかりつけの医療機関としての弓削メディカルクリニック」と考えていただければ幸いです。よろしくお願ひいたします。





～良いことばをみつけました～

看護師 宮井 由里子

- ① 自分は自分 他人と比較しない
あなたは世の中でたった1人の貴重な存在
- ② 決して自分を偉いと思わない
けなされても謙虚に受け止めれば頭にこないし自分を伸ばすことになる
- ③ 何ごとともどほどに
食事・お酒・ゲーム・麻雀の時間など自分の適量を見極めて。
- ④ 腹を立てずに横にしよう
怒るだけが能じゃない。一呼吸おいて考えれば別の考えも出る。
- ⑤ セカセカ・イライラしない
神経が過敏になると、身体にも負担がかかる。
- ⑥ 気を遣うより頭を遣おう
心配しすぎるより、頭を遣って工夫しよう。
- ⑦ 人をうらやんだり、ひがんだりしない
淡々と我が道を行こう。
- ⑧ 悩みがあったら、信頼できる第三者に話そう
自分で我慢していると不安は増すばかりである。
- ⑨ いらぬことは忘れよう
心配事で頭がいっぱいだとなんか新しい知識が入ってこない。
- ⑩ 感謝できる自分を作ろう
たとえ見つけてでも感謝のあるところに情緒不安はない。

この言葉を日頃の教訓にしていきたいですね。



～お知らせ～

新型コロナウイルスに関して

風邪の症状がある方は一度当院にお電話をお願いします。
感染防止の観点から、風邪の症状等のある方は自宅またはお車等でお待ちいただきます。ご協力よろしくお願い致します。



医師の不在のお知らせ

【外来医師の不在】

- ・7月16日(木).....園 医師
- ・8月15日(土).....大竹医師
- ・8月29日(土).....河村医師

糖尿病教室・ウォークラリー中止のお知らせ

新型コロナウイルスの流行を踏まえ、7月の糖尿病教室及び10月に予定しておりましたウォークラリーは中止とさせていただきます。糖尿病教室の再開は未定です。決まり次第お知らせいたします。



レジ袋有料化について

7月1日(水)より、レジ袋が有料になります。
当院ではレジ袋1枚10円いただくこととなります。
ご理解ご協力をよろしくお願い致します。

